



भारतीय विमेंस क्रिकेट टीम ने लगातार दूसरी बार सोना जीता

एशियन गेम्स-2026 में भारत को मिला पहला गोल्ड

निशिन (एजेंसी)। भारतीय विमेंस क्रिकेट टीम ने लगातार दूसरी बार एशियन गेम्स में गोल्ड मेडल जीत लिया है। टीम ने मंगलवार को फाइनल में श्रीलंका को 147 रन से हराया। भारत ने 2022 हांगझोउ एशियन गेम्स में भी गोल्ड मेडल जीता था। भारत ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करते हुए 3 विकेट पर 216 रन बनाए। यह एशियन गेम्स में भारतीय विमेंस टीम का अब तक का सबसे बड़ा स्कोर है। 217 रन के टारगेट का पीछा करने उतरी श्रीलंकाई टीम 15.4 ओवर में 69 रन पर ऑलआउट हो गई। थर्ड प्लेस के मैच में पाकिस्तान ने बांग्लादेश को हराकर ब्रॉन्ज मेडल जीता है।

मंधाना ने संभाली पारी, दीप्ति ने ढाया कहर

भारत के लिए स्मृति मंधाना ने 79, ऋचा घोष ने नाबाद 49 और शेफाली वर्मा ने 48 रन की पारी खेली। मंधाना और शेफाली के बीच पहले विकेट के लिए 99 रन की साझेदारी हुई। मंधाना ने इस पारी के दौरान विमेंस इंटरनेशनल क्रिकेट में 11 हजार रन भी पूरे किए। श्रीलंका की ओर से सुगंधिका कुमारी, कविशा दिलहारी और चामुडी प्रभोदा ने एक-एक विकेट लिया। श्रीलंका की टीम 15.4 ओवर ही खेल सकी। चामरी अटापट्टू ने सबसे ज्यादा 29 रन बनाए, जबकि कोशिनी नुथ्यांगना ने 14 और कविशा दिलहारी ने 11 रन बनाए।

रामपुर की जुड़वा बहनों के आगे सिस्टम भी फेल!

● एक जैसे फिंगर प्रिंट्स और एक जैसे रेटिना ने किया हैरान ● अब डीएम ने दी स्पेशल परमीशन, मिली अलग-अलग पहचान

रामपुर (एजेंसी)। रामपुर की दो जुड़वा बहनों के लिए बायोमीट्रिक तकनीकी व्यवस्था कई साल तक परेशानी का कारण बनी रही। फिंगरप्रिंट और आंखों के बायोमीट्रिक डेटा में अधिक समानता के चलते सिस्टम दूसरी बच्ची को अलग व्यक्ति के रूप में पहचान नहीं पा रहा था। नतीजा यह हुआ कि दोनों बहनों में से सिर्फ एक का ही पहचान पत्र बन सका, जबकि दूसरी बच्ची का आवेदन हर बार डुप्लीकेट डेटा बताकर अटक जाता था। आखिरकार जिलाधिकारी अजय कुमार द्विवेदी की पहल के बाद यूआईडीएआई मुख्यालय नई दिल्ली ने मामले में विशेष तकनीकी समाधान निकाला और दोनों बहनों के अलग-अलग पहचान पत्र जारी हो गए। पहचान पत्र न होने से परिवार था परेशान- रामपुर नगर के मोहल्ला खारी कुआं निवासी जुबैर इलियास की जुड़वा बेटियां तुबा जुबैर और खिजरा जुबैर हैं। दोनों के पहचान पत्र बनवाने की प्रक्रिया के दौरान तकनीकी समस्या सामने आई। एक बच्ची का पंजीकरण होने के बाद जब दूसरी का नामांकन कराया गया तो सिस्टम फेल हुआ।



एमपी में अब हर विधानसभा में बनेंगे स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स

भोपाल। मध्यप्रदेश कैबिनेट की बैठक में मंगलवार को परिवहन, खेल, बिजली, औद्योगिक विकास और कनेक्टिविटी से जुड़े कई महत्वपूर्ण फैसले लिए गए। बैठक के बाद कैबिनेट मंत्री चैतन्य काश्यप ने फैसलों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि प्रदेश में अब हर विधानसभा क्षेत्र में आधुनिक स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स विकसित किए जाएंगे। इसके लिए 940 करोड़ रुपये का प्रावधान किया गया है। वहीं, 25 सितंबर से मुख्यमंत्री सुगम परिवहन सेवा का शुरुआत भोपाल से होगी। यात्री परिवहन व्यवस्था को बेहतर बनाने के लिए वर्ष 2030-31 तक करीब 15 हजार बसें चलाने का लक्ष्य रखा गया है। कैबिनेट के फैसले के तहत प्रदेश की प्रत्येक विधानसभा में आधुनिक स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स बनाए जाएंगे। इसके लिए करीब 940 करोड़ रुपए की राशि का प्रावधान किया गया है। जहां 10 एकड़ जमीन उपलब्ध होगी, वहां खेल सुविधाएं विकसित की जाएंगी।

● मैदान के बीच होगा हेलीपैड, मोहन कैबिनेट के बड़े फैसले



25 सितंबर से सुगम परिवहन योजना

परिवहन व्यवस्था को व्यवस्थित करने के लिए 25 सितंबर को भोपाल से मुख्यमंत्री सुगम परिवहन योजना शुरू होगी। इस दिन 350 बसों को हरी झंडी दिखाई जाएगी। कार्यक्रम में केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी के शामिल होने की संभावना है। मार्च तक एक हजार बसों को इस व्यवस्था से जोड़ने का लक्ष्य है। काश्यप ने बताया कि मध्यप्रदेश रोडवेज बंद होने के बाद करीब 20 वर्षों से यात्री परिवहन व्यवस्था की प्रभावी मॉनिटरिंग नहीं हो पा रही थी। अब निजी बस ऑपरेटरों के सहयोग से व्यवस्था को आधुनिक बनाया जाएगा।

मैदान के बीच बनेगा हेलीपैड

वहीं, इस योजना में नई सुविधा भी जोड़ी गई है। इन स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स के मैदान के बीच में हेलीपैड भी बनाया जाएगा। अभी कई जगह हेलीपैड की सुविधा नहीं है। इसका उद्देश्य एयर एंबुलेंस सेवा के लिए सुविधा और पहुंच का जनता तक पहुंचाना है। इससे 24 घंटे सातों दिन हेलीपैड एयरएंबुलेंस के लिए उपलब्ध होगा। अभी कई जगह हेलीपैड का तुरंत निर्माण करना होता था। इससे ग्रामीण इलाकों की जनता को बड़ी राहत मिलेगी।

चार बड़े औद्योगिक क्षेत्र दो लाख रोजगार

मंत्री ने बताया कि इंदौर से भोपाल और भोपाल से जबलपुर के बीच ग्रीनफील्ड हाईवे का निर्माण किया जा रहा है। इंदौर से जबलपुर के बीच औद्योगिक कॉरिडोर विकसित किया जाएगा। इसके तहत चार स्थानों पर बड़े औद्योगिक क्षेत्र बनाए जाएंगे। साथ ही स्किल डेवलपमेंट को बढ़ावा देने के लिए स्किल सिटी विकसित करने की योजना है। इससे करीब दो लाख रोजगार के अवसर पैदा होने का अनुमान है।

2037 की बिजली जरूरत के लिए 2800 मेगावाट थर्मल पावर

मध्यप्रदेश में तेजी से बढ़ते औद्योगिक विकास और बढ़ती आबादी के साथ विद्युत की मांग भी लगातार बढ़ रही है। राज्य सरकार इस बढ़ती मांग के अनुरूप पर्याप्त विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है। इसी दिशा में मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव जी के नेतृत्व में मध्यप्रदेश कैबिनेट ने 2,800 मेगावाट थर्मल पावर खरीदने का निर्णय लिया है। इससे प्रदेश की बढ़ती विद्युत आवश्यकताओं की पूर्ति सुनिश्चित होगी और वर्ष 2037 तक की अनुमानित मांग को पूरा करने में महत्वपूर्ण मदद मिलेगी।

खाने के तेल में 7-8 फीसदी बढ़ोत्तरी के आसार

● तयौहार से पहले लगेगा महंगाई का तड़का ● बढ़ती लैंड्रेड कॉस्ट व रुपए में कमजोरी बनेगी वजह

नई दिल्ली (एजेंसी)। दशहरा और दीवाली से पहले देश में खाने के तेल की कीमतें बढ़ सकती हैं। आयात लागत बढ़ने से कंपनियों के मार्जिन पर दबाव बढ़ रहा है। ऐसे में एडिबल ऑयल कंपनियां कीमतों में करीब 7-8 फीसदी तक बढ़ोत्तरी करने पर विचार कर रही हैं। हालांकि, बेहतर सप्लाई और इंपोर्ट ड्यूटी में संभावित कटौती से बढ़ोत्तरी सीमित रह सकती है। अगर कंपनियां कीमतें बढ़ाती हैं तो मार्च के बाद यह तीसरी बार होगा, जब खाने के तेल के दाम बढ़ेंगे। फाइनैशियल एक्सप्रेस के मुताबिक इससे पहले मार्च से जून के बीच दो चरणों में कंपनियों ने करीब 5 से 6 फीसदी की बढ़ोत्तरी की थी। इस तरह उस दौरान खाने के तेल की कीमतों में

कुल 10 से 12 फीसदी तक इजाफा हुआ था। खाने के तेल की कीमतों पर सबसे ज्यादा दबाव कूड एडिबल ऑयल की बढ़ती लैंड्रेड कॉस्ट से आ



रहा है। कमजोर रुपया, महंगा फ्रेट और इश्योरेंस तथा अंतरराष्ट्रीय बाजार में वेजिटेबल ऑयल की ऊंची कीमतों ने कंपनियों की लागत बढ़ा दी है। सॉल्वेंट एक्सट्रैक्टर्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया के आंकड़े डरा रहे हैं।

कंपनियों के पास कीमत बढ़ाने का विकल्प

जानकारों के मुताबिक कूड एडिबल ऑयल की लैंड्रेड कॉस्ट में करीब 8-11 फीसदी की बढ़ोत्तरी हुई है। ऐसे में कंपनियों के लिए इस बढ़ी हुई लागत का कुछ हिस्सा ग्राहकों तक पहुंचाना जरूरी हो सकता है। हालांकि, उन्होंने कहा कि कीमत बढ़ाने का समय और इसकी मात्रा बाजार में मांग और सप्लाई की स्थिति पर निर्भर करेगी। इंडस्ट्री के मुताबिक आने वाले दिनों में कूड एडिबल ऑयल लेकर आने वाले जहाजों की संख्या बढ़ने की उम्मीद है। इससे बाजार में सप्लाई और इन्वेंट्री की स्थिति बेहतर हो सकती है। अगर घरेलू बाजार में तेल की उपलब्धता बढ़ती है तो कंपनियों पर बढ़ी हुई अंतरराष्ट्रीय लागत का पूरा बोझ ग्राहकों पर डालने का दबाव कुछ कम हो सकता है।

मेटा के बाद अब गूगल ने भी मानी सरकार की बात



नई दिल्ली (एजेंसी)। गूगल ने सोमवार को जानकारी दी कि बच्चों के यौन शोषण से जुड़े कंटेंट की सीधी जानकारी भारतीय अधिकारियों को दी जाएगी। भारत सरकार ने साफ

अब और ताकतवर होंगे 'अजेय' और 'भीष्म'

इंजन बंद होने पर भी टी-72 और टी-90 दागेंगे गोला

नई दिल्ली (एजेंसी)। रक्षा मंत्रालय ने टी-72 और टी-90 टैंकों के लिए सहायक विद्युत इकाइयों (एपीयू) की खरीद के लिए एक्यूरेट इंडस्ट्रियल कंट्रोल्ल्स प्राइवेट लिमिटेड के साथ 586 करोड़ रुपये की एक डील पर साइन किए हैं। इस डील पर 21 सितंबर, 2026 को नई दिल्ली में रक्षा सचिव राजेश कुमार सिंह की उपस्थिति में साइन किए गए। एपीयू टैंक के फायर कंट्रोल सिस्टम, फायरिंग सर्किट, गन स्टेबिलाइजेशन सिस्टम और अन्य सहायक उपकरणों के लिए विद्युत



भारतीय सेना की मशीनीकृत इकाइयों की संचालन तत्परता, विश्वसनीयता और स्थायित्व और अधिक मजबूत होगी।

जिला चिकित्सालय झाबुआ में 19 वर्षीय युवती के पेट से निकाली 4.5 किलो की विशाल गठान

37 × 28 सेंटीमीटर के नियोप्लास्टिक लेजन का सफल ऑपरेशन, जिला अस्पताल में उपलब्ध है कैंसर सर्जरी एवं कीमोथेरेपी की सुविधा

सलीम हुसैन

झाबुआ। जिला चिकित्सालय झाबुआ में कैंसर सर्जन एवं विशेषज्ञ चिकित्सकों की टीम ने एक 19 वर्षीय युवती के पेट से लगभग 4.5 किलोग्राम वजन की विशाल गठान का सफलतापूर्वक ऑपरेशन किया। लगभग 37 × 28 सेंटीमीटर आकार की यह गठान बाएं अंडाशय में पाई गई थी। 19 वर्षीय अनिला पिछले लगभग 6 माह से पेट में सूजन एवं दर्द की शिकायत से परेशान थी। जिला चिकित्सालय में कैंसर सर्जन एवं विशेषज्ञ डॉ. देवेन्द्र भायल द्वारा मरीज की जांच की गई। अल्ट्रासाउंड जांच में बाएं अंडाशय में लगभग 37 × 28 सेंटीमीटर आकार का नियोप्लास्टिक लेजन

(Neoplastic lesion) पाया गया। मरीज की कम उम्र तथा गठान के अत्यधिक बड़े आकार को देखते हुए आवश्यक जांच एवं प्री-ऑपरेटिव तैयारी के बाद तत्काल ऑपरेशन की योजना बनाई गई। जिला चिकित्सालय झाबुआ में ही सफलतापूर्वक ऑपरेशन कर लगभग 4.5 किलोग्राम वजन की विशाल गठान निकाली गई। यह जटिल ऑपरेशन कैंसर सर्जन डॉ. देवेन्द्र भायल के नेतृत्व में, एनेस्थेसिस्ट डॉ. सावन चौहान, डॉ. राहुल धाकड़



उपचार की आवश्यक सुविधाएं उपलब्ध हैं। इस वर्ष अब तक 125 से अधिक कैंसर मरीजों का

तथा नर्सिंग ऑफिसर अनिल मोरे की टीम द्वारा किया गया।

ऑपरेशन के बाद मरीज की स्थिति में लगातार सुधार हुआ है और वर्तमान में मरीज स्वस्थ एवं चिकित्सकीय निगरानी में है। जिला चिकित्सालय में कैंसर सर्जरी एवं कीमोथेरेपी की सुविधा जिला चिकित्सालय झाबुआ में अब कैंसर सर्जरी एवं कीमोथेरेपी सहित कैंसर

जिला चिकित्सालय में उपचार किया जा चुका है। जिला स्तर पर कैंसर उपचार की सुविधाएं उपलब्ध होने से मरीजों को उपचार के लिए दूर-दराज के बड़े शहरों में जाने की आवश्यकता कम हो रही है। विशेषज्ञ चिकित्सकों एवं प्रशिक्षित स्वास्थ्यकर्मियों की टीम द्वारा जिला चिकित्सालय में ही मरीजों को आवश्यकतानुसार कैंसर सर्जरी, कीमोथेरेपी एवं अन्य उपचार सेवाएं उपलब्ध कराई जा रही हैं।

19 वर्षीय युवती के पेट से लगभग 4.5 किलोग्राम की विशाल गठान का सफल ऑपरेशन जिला चिकित्सालय झाबुआ में उपलब्ध विशेषज्ञ कैंसर सर्जरी, एनेस्थीसिया एवं नर्सिंग सेवाओं का महत्वपूर्ण उदाहरण है। जिला चिकित्सालय में गंभीर एवं जटिल मरीजों को स्थानीय स्तर पर विशेषज्ञ उपचार उपलब्ध कराने के लिए स्वास्थ्य सेवाओं को लगातार सुदृढ़ किया जा रहा है।

भिलट चौक की गणेश उत्सव परंपरा बनी आस्था और एकता की पहचान

पूनीत सेन

खंडवा। ग्राम खार कलां के भिलट चौक में गणेश उत्सव केवल एक धार्मिक आयोजन नहीं, बल्कि वर्षों से चली आ रही आस्था, उत्साह और आपसी एकता की परंपरा बन चुका है। हर वर्ष गणेश उत्सव के दौरान भिलट चौक में भगवान श्री गणेश की प्रतिमा स्थापित की जाती है। इस बार भी क्षेत्रवासियों ने पूरे उत्साह और श्रद्धा के साथ गणपति प्रतिमा की स्थापना की। गणेश प्रतिमा की स्थापना के साथ ही भिलट चौक का माहौल भक्तिमय नजर आने लगा। बच्चों से लेकर युवाओं और बुजुर्गों तक में गणेश उत्सव को



लेकर उत्साह देखने को मिला। स्थानीय रहवासियों की सहभागिता इस आयोजन को खास बनाती है।

आयोजन में समिति के कार्यकर्ता राम यदुवंशी, करण जायसवाल, भोला जगताप, कान्हा और पीयूष यदुवंशी सहित अन्य युवाओं की सक्रिय भूमिका रही। समिति के सदस्यों द्वारा गणेश

प्रतिमा स्थापना एवं आयोजन की व्यवस्थाओं में सहयोग किया गया।

आस्था के साथ जुड़ रही नई पीढ़ी भिलट चौक में वर्षों से चली आ रही इस परंपरा की खास बात यह है कि हर साल युवा बढ़-चढ़कर इसमें भाग लेते हैं। गणेश उत्सव के माध्यम से नई पीढ़ी भी धार्मिक परंपराओं और सामूहिक आयोजनों से जुड़ रही है। स्थानीय लोगों का कहना है कि गणेश उत्सव के दौरान पूरा भिलट चौक एक परिवार की तरह नजर आता है। स्थानीय लोगों के उत्साह और युवाओं की भागीदारी से भिलट चौक में गणेश उत्सव की यह परंपरा लगातार आगे बढ़ रही है।

लोगों के स्वास्थ्य से खिलवाड़ करना पड़ा महंगा जिला चिकित्सालय द्वारा फर्जी डॉक्टर पर FIR दर्ज



सलीम हुसैन

झाबुआ कलेक्टर डॉ. योगेश भरसट को हिन्दू संगठन मध्यप्रदेश से प्राप्त फर्जी चिकित्सक की प्राप्त शिकायत पर कार्यवाही निर्देश के परिपालन में मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी द्वारा गठित टीम द्वारा दिनांक 21 सितंबर को ग्राम रामा में बंगाली चिकित्सक मिंटू अधिकारी के यहाँ निरीक्षण किया गया फर्जी बंगाली चिकित्सक के पास कोई भी वैध डिग्री रजिस्ट्रेशन नहीं पाया जाने से दल द्वारा मध्यप्रदेश उपाचार्यगृह तथा राजोपचार्य संबंधी स्थापनाएं (पंजीकरण तथा अनुज्ञापन अधिनियम 1973 की धारा 3, इंडियन मेडिकल काउंसिल एक्ट 1956 की धारा 15, मध्यप्रदेश उपाचार्यगृह तथा राजोपचार्य

संबंधी स्थापना (पंजीकरण तथा अनुज्ञापन अधिनियम 1973 की धारा 8 (क) (1), 8 (क) (2) के तहत, एवं ग्राम खजुरखो में बंगाली चिकित्सक शुभंकर पिता अर्जुन राय उम्र 26 वर्ष द्वारा के यहाँ से दल द्वारा एलोपैथिक दवाईया जब्त कर पंचनामा बनाया जाकर थाना चौकी कालीदेवी में अपराध पंजीबद्ध किया जाकर प्रतिवेदन मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी को प्रस्तुत किया गया निरीक्षण कार्यवाही में डॉ. हेमंत देवड़ा जिला महामारी नियंत्रण अधिकारी, डॉ. सुमित डामोर जिला स्वास्थ्य अधिकारी, डॉ. शैलेश डामोर, चिकित्सा अधिकारी सामस्वाकेन्द्र रामा, प्रेम भूरिया एवं सहयोगी स्टाफ मौजूद रहा।

सीएम हेल्पलाइन की अगस्त रैंकिंग में डिंडौरी को ग्रुप-B में मिला द्वितीय स्थान

कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया के मार्गदर्शन में शिकायतों के त्वरित एवं संतुष्टिपूर्ण निराकरण का परिणाम

डिंडौरी। कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया के मार्गदर्शन एवं जिले के समस्त विभागीय अधिकारियों के समन्वित प्रयासों से डिंडौरी जिले ने मुख्यमंत्री हेल्पलाइन (CM Helpline 181) की अगस्त 2026 की मासिक रैंकिंग में ग्रुप-बी में द्वितीय स्थान प्राप्त किया है। शिकायतों के त्वरित, गुणवत्तापूर्ण एवं संतुष्टिपूर्ण निराकरण के फलस्वरूप जिले को यह उपलब्धि हासिल हुई है। कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया द्वारा प्रतिदिन टीएल बैठक में मुख्यमंत्री हेल्पलाइन की शिकायतों की समीक्षा कर अधिकारियों को समय-सीमा में शिकायतों का संतुष्टिपूर्ण निराकरण सुनिश्चित करने के निर्देश दिए जाते हैं। अगस्त माह की रैंकिंग में जिले के विभिन्न विभागों ने भी उत्कृष्ट प्रदर्शन



किया। नगरीय प्रशासन विभाग ने 98.58 प्रतिशत वेटेज स्कोर के साथ ग्रुप-बी में प्रथम, वाणिज्य कर विभाग ने 97.21 प्रतिशत तथा राजस्व विभाग ने 83.77 प्रतिशत वेटेज स्कोर के साथ द्वितीय स्थान प्राप्त किया। इसी प्रकार खनिज साधन विभाग ने 100 प्रतिशत वेटेज स्कोर के साथ द्वितीय, जेल विभाग ने 100 प्रतिशत के साथ तृतीय, स्कूल शिक्षा विभाग ने 87.10 प्रतिशत के साथ तृतीय तथा महुआ कल्याण विभाग ने 100 प्रतिशत वेटेज स्कोर के साथ चतुर्थ स्थान प्राप्त किया। कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया ने जिले की इस उपलब्धि पर सभी विभागीय अधिकारियों एवं कर्मचारियों को बधाई दी है। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री हेल्पलाइन शासन की जनसमस्याओं के निराकरण का महत्वपूर्ण माध्यम है। उन्होंने अधिकारियों से आगामी माह में और बेहतर प्रदर्शन करते हुए शिकायतों का समयबद्ध एवं गुणवत्तापूर्ण निराकरण सुनिश्चित करने का आह्वान किया।

जनसुनवाई में 81 आवेदन प्राप्त, कलेक्टर ने अधिकारियों को समय-सीमा में निराकरण के दिए निर्देश

कलेक्टर ने गंभीरता एवं संवेदनशीलता के साथ सुनी नागरिकों की समस्याएं, मौके पर निराकरण योग्य प्रकरणों का तत्काल किया गया समाधान डिंडौरी। कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया की अध्यक्षता में मंगलवार को कलेक्टर सभाकक्ष में साप्ताहिक जनसुनवाई आयोजित की गई। जनसुनवाई में जिले के विभिन्न क्षेत्रों से आए नागरिकों के 81 आवेदन प्राप्त हुए। कलेक्टर ने नागरिकों की समस्याओं एवं शिकायतों को गंभीरता और संवेदनशीलता के साथ सुना तथा संबंधित अधिकारियों को प्रत्येक आवेदन का परीक्षण कर निर्धारित समय-सीमा में गुणवत्तापूर्ण एवं संतोषजनक निराकरण सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। मौके पर निराकरण योग्य प्रकरणों का तत्काल निराकरण किया गया, जबकि अन्य प्रकरणों के लिए समय-सीमा निर्धारित कर संबंधित अधिकारियों को आवश्यक कार्यवाही के निर्देश दिए गए। इस दौरान सीईओ जिला पंचायत श्री दिव्यांशु चौधरी, अपर कलेक्टर श्री जेपी यादव, डिप्टी कलेक्टर श्री वैद्यनाथ वासनिक सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहे। जनसुनवाई में विकासखंड डिंडौरी के ग्राम रहंगी



निवासी श्री जेटू सिंह ने खेत तालाब की राशि का भुगतान नहीं होने संबंधी आवेदन प्रस्तुत किया। कलेक्टर ने सीईओ जनपद पंचायत को प्रकरण की जांच कर आवश्यक कार्यवाही के निर्देश दिए। सुश्री हीरा टांडिया ने प्राथमिक शाला दपकी टोला, संकुल केंद्र मूसामुंडी में अतिथि शिक्षक वर्ग-3 की भर्ती प्रक्रिया में अनियमितता की शिकायत की,

जिस पर कलेक्टर ने सहायक आयुक्त जनजातीय कार्य विभाग को जांच कर नियमानुसार निराकरण के निर्देश दिए। वहीं श्री जगदीश सिंह मरावी ने छात्रावास अधीक्षक द्वारा अभद्र व्यवहार किए जाने की शिकायत प्रस्तुत की, जिस पर कलेक्टर ने बीईओ अमरपुर को प्रकरण की जांच कर आवश्यक कार्यवाही करने के निर्देश दिए। इसी प्रकार ग्राम

कनेरी माल के ग्रामीणों ने पठना टोला, झंझा टोला एवं इमली टोला में बोर खनन होने के बाद हैंडपंप स्थापित कराने का आवेदन दिया। ग्रामीणों ने बताया कि हैंडपंप स्थापित होने से इन क्षेत्रों में पेयजल की उपलब्धता सुनिश्चित हो सकेगी। कलेक्टर ने कार्यपालन यंत्री पीएचई को आवश्यक कार्यवाही के निर्देश दिए। ग्राम पंचायत भाजीटोला में विभिन्न विकास कार्यों में अनियमितता की जांच, धान खरीदी केंद्र प्रारंभ कराने, अनुग्रह सहायता राशि दिलाने तथा अपूर्ण प्रधानमंत्री सड़क निर्माण कार्य को पूर्ण कराने संबंधी आवेदन भी प्राप्त हुए। कलेक्टर ने संबंधित अधिकारियों को प्रत्येक प्रकरण का परीक्षण कर नियमानुसार कार्यवाही सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। कलेक्टर श्रीमती अंजू पवन भदौरिया ने कहा कि "जनसुनवाई का उद्देश्य आमजन की समस्याओं का त्वरित, पारदर्शी एवं संतोषजनक समाधान सुनिश्चित करना है।" उन्होंने अधिकारियों को निर्देशित किया कि जनसुनवाई में प्राप्त प्रत्येक आवेदन को गंभीरता से लेते हुए उसका परीक्षण करें और निर्धारित समय-सीमा में गुणवत्तापूर्ण निराकरण सुनिश्चित करें, ताकि नागरिकों को समय पर राहत मिल सके।

अनंत चतुर्दशी की तैयारियां तेज: झाबुआ में अनास नदी के किनारे बन रहा 20

फीट गहरा पोखर, पूरे सम्मान के साथ होगा गजानन का विसर्जन

प्रशासन अलर्ट: एसडीएम और एसडीओपी ने किया विसर्जन स्थल का निरीक्षण, धार्मिक भावनाओं और सुरक्षा का रखा जाएगा पूरा ध्यान

सलीम हुसैन

झाबुआ। आगामी 25 सितंबर को अनंत चतुर्दशी के पावन अवसर पर होने वाले गणेश प्रतिमाओं के विसर्जन को लेकर झाबुआ प्रशासन और नगर पालिका ने अपनी तैयारियां तेज कर दी हैं। बप्पा की विदाई भव्य, व्यवस्थित और सुरक्षित तरीके से हो, इसके लिए पूर्व के वर्षों की भांति इस बार भी किशनपुरी में अनास नदी के किनारे एक विशेष पोखर का निर्माण किया जा रहा है। नगर पालिका द्वारा युद्ध स्तर पर इस विसर्जन स्थल को तैयार किया जा रहा है।

अधिकारियों ने लिया ग्राउंड जीरो पर व्यवस्थाओं का जायजा- विसर्जन की तैयारियों को अंतिम रूप देने और सुरक्षा व्यवस्थाओं को परखने के लिए मंगलवार को प्रशासन के आला अधिकारियों ने मौके का मुआयना किया। एसडीएम महेश मंडलोई और एसडीओपी कमलेश शर्मा ने किशनपुरी स्थित विसर्जन स्थल पहुंचकर चल रहे निर्माण कार्यों का बारीकी से निरीक्षण किया। इस दौरान उनके साथ नगर



पालिका के सीएमओ मिलन पटेल भी मौजूद रहे, जिन्होंने अधिकारियों को पोखर निर्माण की प्रगति से अवगत कराया।

20 फीट गहरा होगा पोखर, सम्मान के साथ होगा विसर्जन- निरीक्षण के दौरान एसडीएम महेश मंडलोई ने संबंधित कर्मचारियों को स्पष्ट निर्देश दिए कि निर्माणाधीन पोखर की गहराई कम से कम 20 फीट होनी चाहिए, ताकि बड़ी से बड़ी गणेश प्रतिमाओं का विसर्जन भी बिना किसी रुकावट के हो सके। इसके साथ ही एसडीएम ने इस बात पर विशेष जोर दिया कि विसर्जन प्रक्रिया के दौरान आमजन की धार्मिक भावनाओं का पूरा ध्यान रखा जाए और सभी प्रतिमाओं का विसर्जन पूरे विधि-विधान और सम्मान के साथ किया

जाए। पुराने पुल की तरफ जाने पर रहेगी सख्त रोक, चप्पे-चप्पे पर मुस्तैद रहेगी पुलिस विसर्जन के दौरान उमड़ने वाली भारी भीड़ को नियंत्रित करने और किसी भी प्रकार के हादसे को टालने के लिए पुलिस प्रशासन ने भी पुख्ता रणनीति बनाई है। एसडीओपी कमलेश शर्मा ने सुरक्षा इंतजामों की रूपरेखा तय करते हुए कड़े निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि विसर्जन स्थल और उसके आसपास इस तरह से मजबूत बैरिकेडिंग की जाए कि कोई भी श्रद्धालु या आम नागरिक पुराने पुल की तरफ न जा सके। सुरक्षा के लिहाज से यह कदम बेहद अहम माना जा रहा है। एसडीओपी ने आश्वासन दिया कि अनंत चतुर्दशी के दिन विसर्जन स्थल पर पर्याप्त संख्या में पुलिस बल तैनात रहेगा।

मायापुरी कॉलोनी में भव्य महाआरती एवं छप्पन भोग का आयोजन

राजेश धाकड़

मायापुरी कॉलोनी में सोमवार को भव्य महाआरती एवं छप्पन भोग का आयोजन श्रद्धा एवं उत्साह के साथ किया गया। कार्यक्रम में

प्रसादी ग्रहण कर पुण्य लाभ प्राप्त किया। पूरे आयोजन के दौरान कॉलोनी में भक्तिमय वातावरण बना रहा और "गणपति बप्पा मोरया" के जयकारों से माहौल गूंज उठा। कार्यक्रम में समिति के



बड़ी संख्या में भक्तगण शामिल हुए और भगवान गणेश जी की महाआरती में श्रद्धापूर्वक भाग लिया।

इस अवसर पर भगवान को विभिन्न प्रकार के व्यंजनों का छप्पन भोग अर्पित किया गया। महाआरती के पश्चात उपस्थित भक्तों ने

सदस्य मिन्दू सोनी, पंकज पाटिल, पियूष पाटिल, नीरज मंडलोई, प्रियांशु राय, माखन पवार, रमन चौहान, सूरज राठौर, अंकित मंडलोई, अंकित पाटिल, अंशु ओचाट, कबीर पाटील, केशव पाटिल एवं कुणाल पाटिल सहित बड़ी संख्या में समाजजन

एवं भक्तगण उपस्थित रहे। समिति सदस्यों ने आयोजन को सफल बनाने में सहयोग किया।

कार्यक्रम के अंत में सभी श्रद्धालुओं ने प्रसादी ग्रहण की और भगवान गणेश जी से सुख-समृद्धि एवं मंगलमय जीवन की कामना की।

भाजपा पार्षद प्रणव मंडल पर हिंदू धार्मिक आयोजनों में बाधा डालने का आरोप, गणेश पंडाल में गड्ढा खुदवाने से आक्रोश

इंदौर। भाजपा पार्षद प्रणव मंडल पर हिंदू धर्म के धार्मिक आयोजनों का विरोध करने के गंभीर आरोप लग रहे हैं। स्थानीय लोगों का आरोप है कि पार्षद द्वारा गणेश पंडाल स्थल पर जानबूझकर गड्ढा खुदवा दिया गया, जिससे गणेश स्थापना में बाधा उत्पन्न हुई।

स्थानीय नागरिकों और आयोजकों का कहना है कि यह पहली घटना नहीं है। आरोप है कि पार्षद प्रणव मंडल आए दिन हिंदू विरोधी गतिविधियों में सम्मिलित रहते हैं और क्षेत्र में होने वाली भागवत कथा, धार्मिक आयोजन और त्योहारों के कार्यक्रमों का विरोध करते हैं।



गणेश उत्सव समिति के सदस्यों ने बताया कि हर साल इसी स्थान पर गणेश पंडाल लगता है, लेकिन इस बार पार्षद ने नगर निगम के माध्यम से वहां गड्ढा खुदवा दिया इससे क्षेत्र के हिंदू समाज में भारी रोष है।

स्थानीय लोगों ने मांग की है कि भाजपा संगठन और जिला प्रशासन इस मामले को गंभीरता से ले और धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाने वाली इस तरह की गतिविधियों पर रोक लगाए। लोगों ने चेतावनी दी है कि यदि धार्मिक आयोजनों में बाधा डालना बंद नहीं हुआ तो वे बड़े स्तर पर विरोध प्रदर्शन करेंगे।

मां करणी सेना सनातन प्रकोष्ठ में संगठन का विस्तार दौलत सिंह पडोलिया बने इंदौर महानगर संगठन मंत्री

राष्ट्रीय अध्यक्ष कुंवर धर्मेन्द्र सिंह गौतम एवं सनातन प्रकोष्ठ के राष्ट्रीय अध्यक्ष गोपाल गांवडे के नेतृत्व में नियुक्त

इंदौर, मां करणी सेना के संगठनात्मक विस्तार की दिशा में इंदौर महानगर में नई जिम्मेदारी सौंपी गई है।

मां करणी सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष माननीय कुंवर धर्मेन्द्र सिंह गौतम एवं सनातन प्रकोष्ठ के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री गोपाल गांवडे के नेतृत्व में श्री दौलत सिंह पडोलिया को मां करणी सेना सनातन प्रकोष्ठ का इंदौर महानगर संगठन मंत्री नियुक्त किया गया। इस अवसर पर श्री गोपाल गांवडे ने दौलत सिंह पडोलिया को नियुक्ति की शुभकामनाएं देते हुए संगठन की



रीति-नीति के अनुरूप समाजहित, सनातन संस्कृति, सामाजिक एकता

और जनसेवा के क्षेत्र में सक्रिय भूमिका निभाने की अपेक्षा व्यक्त की। नवनियुक्त महानगर संगठन मंत्री दौलत सिंह पडोलिया को इंदौर महानगर में संगठन को मजबूत करने, कार्यकर्ताओं को जोड़ने तथा सनातन प्रकोष्ठ की गतिविधियों को जन-जन तक पहुंचाने की जिम्मेदारी सौंपी गई है।

नियुक्ति के अवसर पर संगठन के पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने श्री पडोलिया को शुभकामनाएं देते हुए उनके सफल कार्यकाल की कामना की।

मां करणी सेना — सनातन प्रकोष्ठ संगठन • संस्कार • सेवा • सनातन

एक्रोपोलिस कॉलेज में राष्ट्रीय हिंदी पखवाड़ा का आयोजन



खुशबू श्रीवास्तव

वाद-विवाद, भाषण एवं निबंध प्रतियोगिताओं के विजेता विद्यार्थियों को दिए प्रमाण-पत्र

इंदौर। एक्रोपोलिस कॉलेज, इंदौर में 21 सितंबर 2026 को राष्ट्रीय हिंदी पखवाड़ा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन एक्रोपोलिस फैकल्टी ऑफ मैनेजमेंट एंड रिसर्च के छात्र-छात्राओं के बीच आई.के.ए. द्वारा किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में हिंदी भाषा के प्रति रुचि, अभिव्यक्ति क्षमता एवं रचनात्मकता को बढ़ावा देना रहा। कार्यक्रम का आयोजन डॉ. जयंती लाल भंडारी, गुप डायरेक्टर, एक्रोपोलिस, श्री सुनील पंड्या, प्रांत संयोजक, शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास एवं श्री विवेक सिंह, अध्यक्ष, अक्षर सामाजिक सेवा समिति के मार्गदर्शन में किया गया। राष्ट्रीय हिंदी पखवाड़ा के अंतर्गत विद्यार्थियों के लिए वाद-विवाद, भाषण एवं निबंध प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। विभिन्न प्रतियोगिताओं में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए हिंदी भाषा

के प्रति अपनी प्रतिभा और विचारों को प्रस्तुत किया। प्रतियोगिताओं में प्रथम तीन स्थान प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को प्रमाण-पत्र प्रदान कर उनका उत्साहवर्धन किया गया। इस अवसर पर एक्रोपोलिस फैकल्टी ऑफ मैनेजमेंट एंड रिसर्च के डायरेक्टर डॉ. तरुण कुशवाहा, जिला स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. हेमंत गुप्ता, जिला विधिक अधिकारी श्री जिज्ञान खान, थाना प्रभारी पंढरीनाथ श्री सतीश पटेल, संस्था महिला प्रकोष्ठ की राष्ट्रीय प्रमुख सुश्री दीपमाला यादव, शिक्षा प्रकोष्ठ की जिला संयोजक श्रीमती शानू गोयल तथा विमेन सेल कोऑर्डिनेटर प्रो. प्रियांशी तिवारी सहित अन्य गणमान्यजन उपस्थित रहे। कार्यक्रम के सफल संचालन में डॉ. सरिता राणा एवं डॉ. शिवानी मिश्रा का विशेष सहयोग रहा। कार्यक्रम के दौरान हिंदी भाषा के महत्व और विद्यार्थियों के शैक्षणिक एवं सामाजिक जीवन में हिंदी की भूमिका पर भी विचार साझा किए गए। आयोजकों ने विद्यार्थियों को हिंदी के प्रति निरंतर जुड़ाव बनाए रखने और भाषा के माध्यम से अपनी प्रतिभा को आगे बढ़ाने के लिए प्रेरित किया।

Bright Future LEARNING ACADEMY

An Initiative by RANJEET TIMES GROUP

ADMISSIONS OPEN 2026-27

KG-1 to Class 10

हर बच्चे का उज्ज्वल भविष्य हमारी प्राथमिकता

प्रवेश हेतु संपर्क करें **9827068888**

BRIGHT FUTURE LEARNING ACADEMY
An Initiative by RANJEET TIMES GROUP

आधुनिक शिक्षा | अनुभवी शिक्षक | सुरक्षित परिसर | सर्वांगीण विकास

अलग धर्म की दो बालिंग महिलाओं को साथ रहने का संवैधानिक अधिकार, इलाहाबाद हाईकोर्ट बोला-परिवार या समाज नहीं कर सकता दखल



रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

प्रयागराज। इलाहाबाद हाईकोर्ट ने अंतरधार्मिक समलैंगिक जोड़े के साथ रहने को लेकर महत्वपूर्ण आदेश देते हुए कहा है कि दो बालिंग महिलाएं यदि अपनी इच्छा और बिना किसी दबाव के साथ रहना चाहती हैं, तो उनके इस फैसले में परिवार, रिश्तेदार या समाज का कोई व्यक्ति कानूनी हस्तक्षेप नहीं कर सकता। कोर्ट ने इसे संविधान के अनुच्छेद 21 के तहत जीवन और व्यक्तिगत स्वतंत्रता के अधिकार से जोड़ा है। मामला दो अलग-अलग धर्मों से संबंधित बालिंग महिलाओं का था, जिन्होंने खुद को अविवाहित बताते हुए शांतिपूर्ण लिव-इन संबंध में रहने की बात कही थी। याचिका में आरोप लगाया गया था कि उनके साथ रहने के फैसले को लेकर

उन्हें धमकियों और उत्पीड़न का सामना करना पड़ रहा है। हाईकोर्ट ने कहा कि यदि दोनों वयस्क अपनी इच्छा से साथ रह रही हैं तो किसी तीसरे व्यक्ति को उनकी व्यक्तिगत स्वतंत्रता में दखल देने का अधिकार नहीं है।

कोर्ट ने दोनों को शांतिपूर्वक साथ रहने की स्वतंत्रता दी और निर्देश दिया कि किसी तरह की बाधा या खतरा होने पर वे संबंधित पुलिस आयुक्त, एसएसपी या एसपी से संपर्क कर सकती हैं।

पुलिस को उनकी उम्र और स्वैच्छिक सहमति की पुष्टि के बाद सुरक्षा उपलब्ध कराने को कहा गया है। फैसले में यह भी स्पष्ट किया गया कि किसी रिश्ते को लेकर सामाजिक या पारिवारिक असहमति अपने आप में बालिंग नागरिकों की संवैधानिक स्वतंत्रता खत्म नहीं करती।

CRPF में महिलाओं के 40 गौरवशाली साल, 25 सितंबर को सम्मानित होंगी 'लेडी कमांडो'



रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

नई दिल्ली। केंद्रीय रिजर्व पुलिस बल (CRPF) में महिलाओं की भागीदारी के 40 वर्ष पूरे होने जा रहे हैं। इस अवसर पर 25 सितंबर 2026 को महिला कर्मियों और 'लेडी कमांडो' के योगदान को सम्मानित किया जाएगा।

CRPF के मुताबिक, बल में महिलाओं को विभिन्न जिम्मेदारियों और ऑपरेशनल भूमिकाओं में आगे बढ़ने के अवसर दिए जा रहे हैं। CRPF में महिलाओं की औपचारिक शुरुआत 1986 में पहली महिला बटालियन के गठन के साथ हुई थी। इसके बाद महिला

कर्मियों की भूमिका लगातार विस्तृत हुई। कानून-व्यवस्था, वीआईपी सुरक्षा, चुनाव ड्यूटी, आतंकवाद रोधी अभियानों और नक्सल प्रभावित क्षेत्रों जैसी अलग-अलग जिम्मेदारियों में महिला जवानों ने हिस्सा लिया है।

समय के साथ महिला कर्मियों को कमांड और विशेषज्ञ भूमिकाओं में भी अवसर दिए गए। CRPF की महिला इकाइयों में प्रशिक्षित कमांडो को विशेष परिस्थितियों में तैनात किया जाता है। भीड़ नियंत्रण और संवेदनशील परिस्थितियों में महिलाओं से जुड़े मामलों को संभालने में भी महिला कर्मियों की भूमिका महत्वपूर्ण रहती है।

25 सितंबर के कार्यक्रम में सेवा के दौरान उल्लेखनीय योगदान देने वाली महिला कर्मियों को सम्मानित किए जाने की तैयारी है। CRPF का कहना है कि महिलाओं को संगठन की हर भूमिका में आगे बढ़ने का अवसर देना उसकी कार्यसंस्कृति का हिस्सा है।

महिला भागीदारी बढ़ाने की यह प्रक्रिया केंद्र सरकार की व्यापक महिला सशक्तीकरण नीति से भी जुड़ी है। CRPF जैसे बड़े केंद्रीय सशस्त्र पुलिस बल में महिलाओं की बढ़ती भागीदारी सुरक्षा सेवाओं में बदलती कार्यसंस्कृति और जिम्मेदारियों के विस्तार को दर्शाती है।

साहिल केस के बाद IIT बॉम्बे में बड़ा फैसला, हॉस्टल से हटेंगे सीलिंग फैन

CCTV में परीक्षा हॉल से बाहर जाते दिखे छात्र

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

मुंबई। IIT बॉम्बे के छात्र साहिल रविंद्र वाकोडे की मौत के बाद संस्थान में छात्र सुरक्षा को लेकर कई कदम उठाए जा रहे हैं। हॉस्टल के कमरों में लगे सीलिंग फैन को हटाकर वॉल-माउंटेड पंखे लगाने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। नए पंखों की पहली खेप कैम्पस पहुंच चुकी है। संस्थान का कहना है

कि यह कदम हॉस्टल रिनोवेशन का हिस्सा है, हालांकि इसका समय साहिल की मौत के बाद उठे सुरक्षा सवाल से जुड़ गया है। 22 वर्षीय साहिल 18 सितंबर को हॉस्टल के कमरे में मृत मिले थे। घटना से कुछ घंटे पहले उन्हें परीक्षा के दौरान मोबाइल फोन इस्तेमाल करते हुए पकड़े जाने की बात सामने आई थी। IIT बॉम्बे के अनुसार, उन्होंने प्रश्नपत्र के



उत्तर के लिए ChatGPT का इस्तेमाल किया था। संस्थान ने कहा था कि उनके खिलाफ

औपचारिक अनुशासनात्मक कार्रवाई शुरू नहीं की गई थी और उन्हें समझाईश दी गई थी।

अब सामने आए CCTV फुटेज में साहिल को परीक्षा हॉल से बाहर ले जाते हुए देखा गया है। रिपोर्ट के मुताबिक फुटेज दोपहर करीब 12:30 से 12:45 बजे के बीच का है और जांच में घटनाक्रम की कड़ियां जोड़ने में महत्वपूर्ण हो सकता है। मामले की जांच मुंबई क्राइम ब्रांच कर रही है। साहिल के परिवार ने एक प्रोफेसर और संस्थान पर जातीय भेदभाव व उत्पीड़न के आरोप

लगाए हैं, जबकि IIT बॉम्बे ने कहा है कि मौत की परिस्थितियों की जांच जारी है। प्रोफेसर सूर्यनारायण दुल्ला को डीन पद से हटाया गया है। इस मामले ने कैम्पस में परीक्षा दबाव, छात्र सुरक्षा और संस्थागत जवाबदेही को लेकर गंभीर बहस छेड़ दी है। जांच पूरी होने के बाद ही मौत के पीछे की परिस्थितियों और विभिन्न आरोपों की वास्तविकता स्पष्ट होगी।

पुणे में FDA का बड़ा एक्शन, 'रंगला पंजाब' का लाइसेंस निलंबित; 1.18 करोड़ का खाद्य सामान जब्त

पुणे। त्योहारों के मौसम से पहले महाराष्ट्र के खाद्य एवं औषधि प्रशासन (FDA) ने खाद्य सुरक्षा को लेकर कार्रवाई तेज कर दी है।

पुणे के सुतारवाडी-पाषाण स्थित 'रंगला पंजाब' रेस्टोरेंट का खाद्य सुरक्षा लाइसेंस तत्काल प्रभाव से

निलंबित कर दिया गया। अधिकारियों के अनुसार, प्रतिष्ठान में खाद्य सुरक्षा लाइसेंस की शर्तों और स्वच्छता-स्वास्थ्य संबंधी मानकों का उल्लंघन पाया गया। यह कार्रवाई महाराष्ट्र FDA के निदेशक तुकाराम मुंडे के नेतृत्व में चल रहे अभियान के बीच हुई है।

हालिया कार्रवाई में पुणे और आसपास के इलाकों में कई होटल, रेस्टोरेंट और खाद्य प्रतिष्ठानों की जांच की गई है। FDA के मुताबिक, कई जगहों पर रसोई की स्वच्छता, खाद्य भंडारण और खाद्य सुरक्षा नियमों में गंभीर खामियां सामने आई हैं।

कालकाजी मंदिर के पास नाबालिग से गैंगरेप, फर्जी पुलिसकर्मी बनकर पहुंचे थे आरोपी; एक मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली में कालकाजी मंदिर के पास 17 वर्षीय किशोरी से कथित सामूहिक दुष्कर्म के मामले ने सुरक्षा व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं। पुलिस के अनुसार, किशोरी अपने दोस्त के साथ मंदिर में दर्शन के बाद आस्था कुंज पार्क की ओर गई थी। इसी दौरान तीन युवक वहां पहुंचे और खुद को पुलिसकर्मी

बताते हुए दोनों को धमकाने लगे। आरोप है कि युवकों ने किशोरी के दोस्त को पकड़ लिया और किशोरी के साथ दुष्कर्म किया। वारदात के बाद तीनों आरोपी मौके से फरार हो गए। सूचना मिलने पर पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू की और सीसीटीवी फुटेज सहित अन्य साक्ष्यों के आधार पर आरोपियों की तलाश शुरू की।

रोटी या चावल... फैटी लिवर वालों के लिए क्या बेहतर? प्लेट में क्या रखें, एक्सपर्ट से समझें

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

इंदौर। फैटी लिवर का नाम सामने आते ही खान-पान को लेकर कई तरह के सवाल उठने लगते हैं। इनमें एक आम सवाल यह भी है कि ऐसी स्थिति में रोटी खाना बेहतर है या चावल?

अक्सर लोग चावल को पूरी तरह छोड़ देते हैं, जबकि विशेषज्ञों के मुताबिक सिर्फ एक खाद्य पदार्थ को जिम्मेदार मानने के बजाय पूरी डाइट और उसकी मात्रा पर ध्यान देना ज्यादा



जरूरी है। फैटी लिवर में आमतौर पर बहुत अधिक तेल, तला हुआ भोजन, ज्यादा चीनी और रिफाईंड कार्बोहाइड्रेट वाले खाद्य पदार्थों

का सेवन सीमित करने की सलाह दी जाती है। ऐसे में रोटी और चावल दोनों लिए जा सकते हैं, लेकिन मात्रा और उनके प्रकार का महत्व रहता है। गेहूं की साबुत आटे की रोटी में फाइबर अधिक हो सकता है, जबकि चावल में विकल्प के अनुसार पोषण अलग-अलग होता है। सफेद चावल की तुलना में कम प्रोसेस्ड या साबुत अनाज वाले विकल्प कई लोगों के लिए बेहतर हो सकते हैं।

डाइट में सब्जियां, दालें, सलाद, फल, पर्याप्त प्रोटीन और सीमित मात्रा में स्वस्थ वसा

को शामिल करना भी महत्वपूर्ण माना जाता है। साथ ही खाने की कुल कैलोरी और वजन को नियंत्रित रखना फैटी लिवर मैनेजमेंट का अहम हिस्सा है। इसलिए सवाल सिर्फ 'रोटी या चावल?' का नहीं है, बल्कि यह है कि प्लेट में कितना और किस तरह का भोजन लिया जा रहा है। फैटी लिवर की स्थिति, वजन, डायबिटीज और अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के अनुसार डाइट अलग हो सकती है। इसलिए व्यक्तिगत डाइट के लिए डॉक्टर या रजिस्टर्ड डाइटिशियन की सलाह लेना बेहतर है।

सुबह उठते ही सिरदर्द और ध्यान लगाने में दिक्कत? नींद की ये गलतियां पड़ सकती हैं भारी

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

सुबह उठते ही सिरदर्द, भारीपन या दिन की शुरुआत में ध्यान लगाने में परेशानी को कई लोग सामान्य थकान समझकर नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन अगर यह समस्या बार-बार हो रही है तो नींद की गुणवत्ता पर ध्यान देना जरूरी है। देर रात



तक मोबाइल चलाना, रोज अलग-अलग समय पर सोना-जागना, पर्याप्त नींद न लेना और सोने से पहले कैफीन लेना जैसी आदतें नींद के चक्र को प्रभावित कर सकती हैं। विशेषज्ञों के मुताबिक,

केवल बिस्तर पर कई घंटे बिताना पर्याप्त नहीं है; लगातार और अच्छी गुणवत्ता वाली नींद भी जरूरी है। खरटि, रात में बार-बार नींद टूटना या सुबह उठकर भी तरोताजा महसूस न होना भी नींद से जुड़ी समस्या के संकेत हो सकते हैं।

बेहतर नींद के लिए रोज लगभग एक ही समय पर सोने और उठने की कोशिश करें। सोने से पहले मोबाइल और अन्य स्क्रीन का इस्तेमाल कम करें। शाम के बाद चाय-कॉफी का सेवन सीमित रखें और कमरे को शांत, अंधेरा तथा आरामदायक रखें। दिन में नियमित शारीरिक गतिविधि भी नींद की गुणवत्ता सुधारने में मदद कर सकती है। अगर सुबह का सिरदर्द लगातार बना रहता है, बहुत तेज होता है, या इसके साथ उल्टी, नजर धुंधली होना, कमजोरी, भ्रम या अन्य असामान्य लक्षण दिखाई दें, तो डॉक्टर से जांच कराना जरूरी है। सिरदर्द का कारण केवल नींद की खराब आदत मानकर खुद इलाज करना उचित नहीं है।

पोहे से बनाएं ऐसी मलाईदार बर्फी स्वाद में देगी दूध की मिठाई को टक्कर

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

पोहा सिर्फ नाश्ते की प्लेट तक सीमित नहीं है। इससे घर पर बेहद स्वादिष्ट, मुलायम और क्रीमी पोहा मिल्क बर्फी भी तैयार की जा सकती है। खास बात यह है कि इसे बनाने के लिए ओवन की जरूरत नहीं पड़ती और सामान्य घरेलू सामग्री से ही मिठाई तैयार हो जाती है। इसके लिए पोहे को हल्का धोकर सुखाया जाता है और फिर मिक्सर में बारीक पीस लिया जाता है। कड़ाही में घी गर्म कर पोहे को धीमी आंच पर हल्का भूने के बाद इसमें दूध और मिल्क पाउडर मिलाया जाता है। मिश्रण को लगातार चलाते हुए पकाया जाता है, ताकि इसमें गांठें न पड़ें। इसके बाद स्वादानुसार चीनी डालकर मिश्रण को गाढ़ा होने तक पकाया जाता है।

अंत में इलायची पाउडर और कटे हुए



काजू-बादाम मिलाने से इसका स्वाद और खुशबू बढ़ जाती है। तैयार मिश्रण को घी लगी प्लेट में फैलाकर ठंडा किया जाता है। कुछ देर फ्रिज में रखने के बाद इसे बर्फी के आकार में काटा जा सकता है। कम समय में बनने वाली यह मिठाई त्योहार, मेहमानों या घर में अचानक मीठा खाने की इच्छा होने पर एक आसान विकल्प हो सकती है।

आपके आधार पर किसी और ने तो नहीं लिया SIM? 5 मिनट में ऐसे करें मोबाइल नंबर चेक

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

नई दिल्ली। आज के समय में मोबाइल नंबर बैंकिंग, UPI, ओटीपी और कई जरूरी डिजिटल सेवाओं से जुड़े होते हैं। ऐसे में यह जानना जरूरी है कि आपके नाम पर कितने मोबाइल कनेक्शन सक्रिय हैं। अगर आपके आधार या पहचान दस्तावेज का इस्तेमाल करके किसी दूसरे व्यक्ति ने मोबाइल नंबर लिया है, तो समय रहते इसकी जानकारी मिलना जरूरी है। दूरसंचार विभाग (DoT) की TAF COP सेवा के जरिए मोबाइल यूजर अपने नाम पर जारी मोबाइल कनेक्शनों की जानकारी ऑनलाइन देख सकते हैं। इसके लिए किसी ऐप को डाउनलोड करने की जरूरत नहीं होती। सेवा का इस्तेमाल मोबाइल नंबर और OTP के जरिए किया जा सकता है।

ऐसे करें चेक- सबसे पहले दूरसंचार



विभाग की TAF COP वेबसाइट खोलें। वहां अपना मोबाइल नंबर दर्ज करें और कैप्चा भरने के बाद OTP से सत्यापन करें।

लॉगिन करने के बाद स्क्रीन पर आपके नाम से जारी मोबाइल कनेक्शनों की सूची दिखाई देगी। सूची में उन नंबरों को ध्यान से देखें जिन्हें आपने खुद लिया है। अगर सूची में कोई अनजान या ऐसा नंबर दिखाई देता है जिसे आपने जारी नहीं कराया, तो उसके सामने उपलब्ध रिपोर्टिंग विकल्प के जरिए उसे चिन्हित

किया जा सकता है। इसके बाद संबंधित नंबर की जांच की प्रक्रिया दूरसंचार विभाग द्वारा की जाती है। ध्यान रखें कि आधार से जुड़े मोबाइल नंबर और आपके नाम पर जारी सभी मोबाइल कनेक्शनों की जानकारी एक ही बात नहीं है। इसलिए किसी अनजान कनेक्शन की जानकारी मिलने पर घबराने के बजाय आधिकारिक TAF COP सेवा के माध्यम से उसकी शिकायत दर्ज करें। सुरक्षा के लिए यह जांच समय-समय पर करना बेहतर है।

पूजा से ज्यादा फोटोशूट के लिए चर्चा में है थाईलैंड का ये मंदिर, किराए पर मिलती है पारंपरिक ड्रेस

रणजीत टाइम्स

ranjeettimes.com

थाईलैंड का वाट अरुण (Wat Arun) मंदिर इन दिनों धार्मिक महत्व के साथ-साथ अपने फोटोशूट ट्रेंड के कारण भी पर्यटकों के बीच चर्चा में है। बैंकॉक में चाओ फ्राया नदी के किनारे स्थित यह मंदिर अपनी खूबसूरत वास्तुकला और खास तौर पर चीनी पोर्सिलेन से सजे विशाल प्रांग के लिए जाना जाता है। यहां पहुंचने वाले पर्यटकों के लिए आसपास पारंपरिक थाई कपड़ों की रेंटल दुकानें हैं। लोग अपनी पसंद की ड्रेस चुनकर तैयार होते हैं और फिर मंदिर की खूबसूरत पृष्ठभूमि में तस्वीरें खिंचवाते हैं। कुछ पैकेज में कपड़े, हेयरस्टाइल, मेकअप और फोटोग्राफर जैसी सुविधाएं भी शामिल होती हैं।

सोशल मीडिया ने इस ट्रेंड को और



लोकप्रिय बनाया है। खासकर कपल्ल और विदेशी पर्यटकों के बीच पारंपरिक थाई परिधानों में मंदिर के सामने तस्वीरें लेना एक लोकप्रिय ट्रैवल अनुभव बन गया है। हालांकि, वाट अरुण एक बौद्ध धार्मिक स्थल भी है, इसलिए फोटोशूट के दौरान वहां के धार्मिक माहौल और ड्रेस संबंधी नियमों का सम्मान करना जरूरी है। यानी बैंकॉक जाने वालों के लिए वाट अरुण अब सिर्फ मंदिर देखने की जगह नहीं, बल्कि थाई संस्कृति, पारंपरिक पहनावे और फोटोग्राफी को एक साथ अनुभव करने वाली जगह के रूप में भी आकर्षण बन चुका है।



‘यह गर्व का पल है’

निशिन । भारतीय ओलंपिक संघ (आईओए) की अध्यक्ष पीटी उषा ने एशियन गेम्स 2026 में गोल्ड मेडल जीतने के लिए भारतीय महिला क्रिकेट टीम की जमकर तारीफ की है। उन्होंने इस पल को गर्व का क्षण बताया और उम्मीद जताई कि आइची-नागोया में चल रहे एशियन गेम्स में भारतीय दल और भी कई गोल्ड मेडल जीतेगा। उन्होंने बताया कि उन्होंने जापानी एशियाई खेल आयोजन समिति से एशियन गेम्स में क्रिकेट को शामिल करने का आग्रह किया था, ठीक वैसे ही जैसे यह हांगजो 2023 खेलों का हिस्सा था। पीटी उषा ने ‘आईएनएस’ के साथ एक खास बातचीत में कहा, ‘मुझे खुशी है कि महिला क्रिकेटर्स ने गोल्ड मेडल जीता और इसमें कोई शक नहीं कि हमें और भी गोल्ड मेडल मिलेंगे। मैंने जापान एशियाई खेल आयोजन समिति की समन्वय समिति से खेलों में पुरुष और महिला क्रिकेट को शामिल करने का अनुरोध किया था। मैं क्रिकेट देखना चाहती थी और मुझे खुशी है कि खिलाड़ियों ने गोल्ड मेडल



जीता है। यह गर्व का पल है।’ आईओए अध्यक्ष जीत के बाद महिला क्रिकेट टीम से मुलाकात करेंगी। उन्होंने कहा, ‘मैं यहां उनसे पहले नहीं मिल पाई थी; हम पहले कई बार मिल चुके हैं लेकिन मैं उनसे यहां भी मिलूंगी। मैंने उनका खेल

आईओए प्रमुख पीटी उषा ने गोल्ड मेडल जीतने पर भारतीय महिला क्रिकेट टीम को दी बधाई

देखा था जब वे यहां खेल रही थीं।’ भारतीय महिला क्रिकेट टीम ने अपना गोल्ड मेडल बचाने के लिए बल्लेबाजी और गेंदबाजी में शानदार प्रदर्शन किया।

फाइनल में स्मृति मंधाना ने 79 रनों की दमदार पारी खेली जबकि शेफाली वर्मा ने 29 गेंदों में 48 रन बनाए। वहीं, ऋचा घोष ने 22 गेंदों में नाबाद 49 रन बनाए, जिसके दम पर भारतीय टीम 3 विकेट खोकर 216 रन स्कोरबोर्ड पर लाने में सफल रही। वहीं, गेंदबाजी में दीप्ति शर्मा, शेफाली वर्मा, श्रेयंका पाटिल और श्री चरणी ने मिलकर 9 विकेट लिए और भारत को 147 रनों की बड़ी जीत दिलाई। 217 रनों के लक्ष्य का पीछा करते हुए श्रीलंका की पूरी टीम महज 69 रन बनाकर ऑलआउट हुई। मौजूदा एशियन गेम्स में यह भारत का पहला और कुल मिलाकर सातवां गोल्ड मेडल है। भारतीय महिला टीम ने एशियन गेम्स के पिछले संस्करण में भी गोल्ड मेडल जीता था और अब उसी टीम के खिलाफ अपने खिताब का बचाव किया है।

पुरुष क्रिकेट टीम ने रचा इतिहास

200 टी20 मैच जीतने वाली पहली टीम बनी

नई दिल्ली । भारतीय पुरुष क्रिकेट टीम ने एशियन गेम्स 2026 में मंगलवार को खेले गए मुकाबले में मेजबान जापान को 2 रन से हरा दिया। टी20 क्रिकेट में भारत की यह 200वीं जीत थी। 200 टी20 मैच जीतने वाली भारत पहली टीम है। भारत ने अपने पहला टी20 मैच में ही पहली जीत दर्ज की थी। एक दिसंबर 2006 को दक्षिण अफ्रीका के खिलाफ हुए मैच में भारत ने 6 विकेट से जीत दर्ज की। भारत ने अपना 50वां जीत 2017 में श्रीलंका के खिलाफ हासिल किया था। टीम इंडिया ने कोलंबो में खेले गए इस मैच में 7 विकेट से जीत



हासिल की थी। भारत ने अपनी 100वीं जीत 2022 में कोलकाता में वेस्टइंडीज के खिलाफ 8 रन से, 150वीं जीत 2024 में ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ 24 रन से और 200वीं जीत 2026 में जापान के खिलाफ 2 रन से हासिल की है। भारतीय टीम 50 जीत के लिए 83 मैच, 51 से 100 जीत का आंकड़ा हासिल करने के लिए 72 मैच, 101 से 150 जीत तक पहुंचने के लिए 70 मैच और 151 से 200 जीत तक पहुंचने के लिए 66 मैच खेले। भारतीय टीम ने अपनी आखिरी 50 जीत के लिए सबसे कम मैच खेले हैं।

भारत-जापान मैच की बात करें तो सानो इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में हुए इस मुकाबले में भारतीय टीम ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी का फैसला लिया था। भारतीय टीम की बल्लेबाजी निराशाजनक रही थी। बारिश की वजह से गीले मैदान के कारण मैच 20 ओवर की जगह मात्र 5-5 ओवर का हुआ।

भारतीय टीम ने 4 विकेट खोकर 32 रन बनाए। सर्वाधिक 16 रन कप्तान श्रेयस अय्यर ने बनाए। 33 रन का लक्ष्य हासिल करने उतरी जापान 5 ओवर में 3 विकेट पर 30 रन ही बना सकी और 2 रन से मैच हार गई।

कप्तान अय्यर ने की जापान की तारीफ

कहा- उनका प्रदर्शन शानदार रहा

सानो । एशियन गेम्स 2026 में मंगलवार को सानो इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में भारत और जापान का रोमांचक मुकाबला खेला गया। बारिश और गीले मैदान की वजह से मैच 20-20 ओवरों की जगह 5-5 ओवरों का खेला गया।

भारतीय टीम ने 2 रन से यह मैच जीता। भारतीय कप्तान श्रेयस अय्यर प्लेयर ऑफ द मैच रहे। अय्यर ने मैच के बाद जापान टीम की तारीफ की। मैच का सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी चुने जाने के बाद श्रेयस ने कहा, ‘सच कहूं तो, यह बल्लेबाजी के लिए बहुत मुश्किल विकेट था। हमने ओपनर्स को भी देखा, जो लगातार रन बनाने के आदी हैं, स्पिन की पेस को समझ नहीं पा रहे

थे। मैं जब अंदर आया तो मैंने तय किया कि सिंगल्स और डबल्स लेना और जितना हो सके स्ट्राइक रोटेट करना जरूरी है। मैंने अपने साथ आए बल्लेबाज से भी बात की, लेकिन वह भी करना मुश्किल था। मैंने बस यह तय किया कि मैं गेंद की मेरिट पर खेलूंगा और देखूंगा, उसी के हिसाब से प्लान बनाऊंगा। अगर बॉल घूम ले रही है और थोड़ी रुक रही है, तो मैं बस बॉल की पेस का इस्तेमाल करूंगा और खुद को पीछे रोककर देखूंगा कि मैं सिंगल्स और डबल्स ले सकूँ। तो यह काफी अच्छा रहा।’ अय्यर ने कहा, ‘मैं हमेशा कहता रहता हूँ कि पांच ओवर का गेम कहीं भी जा सकता है।



सिल्वर मेडलिस्ट दक्षिण कोरिया को भारत ने चटाई धूल, मेंस कबड्डी में लगातार दूसरी जीत

नागोया। एशियन गेम्स 2026 में भारतीय पुरुष कबड्डी टीम ने शानदार प्रदर्शन जारी रखते हुए दक्षिण कोरिया को हराकर ग्रुप स्टेज में लगातार दूसरी जीत दर्ज की। इससे पहले भारत ने अपने अभियान की शुरुआत मेजबान जापान को 49-24 से हराकर की थी। दक्षिण कोरिया के खिलाफ मुकाबला भारत के लिए अहम माना जा रहा था। कोरिया एशियन गेम्स में पदक जीतने वाली मजबूत टीमों में शामिल है और 2018 जकार्ता एशियाड में पुरुष कबड्डी का रजत पदक जीत चुका है। भारत की टीम इस बार भी अपने खिताब का बचाव करने उतरी है।

भारतीय टीम की कप्तानी सुनील कुमार कर रहे



हैं, जबकि पवन सहरावत उपकप्तान हैं। जापान के खिलाफ पहले मैच में अयान लोचब, आशु मलिक, अर्जुन देशवाल और देवांक दलाल ने रैंडिंग में प्रभाव छोड़ा था। टीम ने पहले मुकाबले में हाफ टाइम तक ही 31-9 की बड़ी बढ़त बना ली थी। भारत ग्रुप-ए में दक्षिण कोरिया, जापान, बांग्लादेश और चीनी ताइपे के साथ है। ग्रुप मुकाबले 24 सितंबर तक चलेंगे और हर ग्रुप की शीर्ष दो टीमों 25 सितंबर को सेमीफाइनल में पहुंचेंगी। पुरुष कबड्डी का स्वर्ण पदक मुकाबला 26 सितंबर को खेला जाएगा। भारतीय टीम अब ग्रुप में बांग्लादेश और चीनी ताइपे के खिलाफ मुकाबलों पर नजर रखेगी।

त्योहारों से पहले बुझ न जाएं बत्तियां!

74 थर्मल प्लांट में तीन दिन से भी कम का कोयला

नई दिल्ली। दीपावली की रोशनी से पहले देश के बिजली तंत्र के सामने कोयले का संकट चिंता बढ़ा रहा है। केंद्रीय विद्युत प्राधिकरण (CEA) के 19 सितंबर तक के आंकड़ों के मुताबिक देश के 190 थर्मल पावर प्लांट्स में से 74 प्लांट्स में कोयले का स्टॉक क्रिटिकल स्तर पर पहुंच गया है। यानी करीब 40 प्रतिशत संयंत्र या तो निर्धारित स्टॉक के 25 प्रतिशत से भी कम पर चल रहे हैं या उनके पास तीन दिन से कम उत्पादन का ईंधन बचा है। एक सप्ताह पहले ऐसे प्लांट्स की संख्या करीब 60 थी। स्थिति इसलिए महत्वपूर्ण है क्योंकि सितंबर में सामान्य तौर पर बिजली की मांग कुछ नरम पड़ने की उम्मीद रहती है, लेकिन इस बार गर्म मौसम ने मांग को ऊंचा बनाए रखा है।

पिछले सप्ताह देश की पीक बिजली मांग 230 से 250 गीगावाट के बीच रही, जबकि मई में यह रिकॉर्ड 270.70 गीगावाट तक पहुंच चुकी है। कोयले का कुल स्टॉक भी दबाव में है। 19 सितंबर को थर्मल प्लांट्स के पास

करीब 22.9 मिलियन टन कोयला था, जो निर्धारित मानक स्टॉक का लगभग 39 प्रतिशत है। अगस्त के अंत से इसमें करीब 24 प्रतिशत गिरावट दर्ज की गई।



गर्मी, बारिश और रेल सप्लाई की मार

संकट को केवल “कोयले की कमी” कहना पूरी तस्वीर नहीं है। क्रिसिल के विश्लेषकों के अनुसार मौजूदा गिरावट मुख्यतः लॉजिस्टिक्स और परिवहन संबंधी अस्थायी समस्या हो सकती है। पूर्वी कोयला उत्पादक क्षेत्रों में बारिश से खनन, लोडिंग और रेल परिवहन प्रभावित हुआ।

सरकार ने सितंबर की शुरुआत में सप्लाई बढ़ाने के कदम उठाए और पावर सेक्टर के लिए रेल रोक लोडिंग एक सप्ताह में 370 से बढ़ाकर 444 रोक की गई।

दूसरी तरफ बिजली की बढ़ती जरूरत ने

दबाव और बढ़ाया है। अप्रैल-अगस्त के दौरान नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन करीब 21 प्रतिशत बढ़ा, लेकिन सौर और पवन ऊर्जा की उपलब्धता लगातार समान नहीं रहती। इसलिए चौबीसों घंटे बिजली आपूर्ति के लिए कोयला आधारित संयंत्रों पर निर्भरता बनी हुई है

महंगा आयात भी बढ़ा

घरेलू आपूर्ति और खपत के बीच अंतर का असर आयात पर भी दिखाई दिया। अगस्त में बिजली क्षेत्र का कोयला आयात 5.52 मिलियन टन पहुंच गया, जो 15 महीने का उच्चतम स्तर और पिछले साल की तुलना में 85.6 प्रतिशत अधिक था। इसमें करीब 80 प्रतिशत कोयला इंडोनेशिया से आया।

गर्मी के कारण मांग बढ़ने और जलविद्युत उत्पादन घटने से बिजली कंपनियों को विदेशी कोयले पर ज्यादा निर्भर होना पड़ा। फिलहाल सरकारी स्तर पर इसे संरचनात्मक कोयला संकट के बजाय सप्लाई-चेन की चुनौती माना जा रहा है। लेकिन त्योहारों के दौरान यदि बिजली की मांग फिर तेज होती है, तो असली परीक्षा यह होगी कि रेल रोक, घरेलू कोयला और आयातित ईंधन समय पर थर्मल प्लांट्स तक पहुंचता है या नहीं। दीपावली की रोशनी से पहले यही सवाल बिजली व्यवस्था के सामने सबसे बड़ा है।

दोंगिया मार्केट, सीतलामाता बाजार
इंदौर

ऑफिस/दुकान बिक्री एवं किराये हेतु

फर्स्ट फ्लोर | प्राइम मार्केट लोकेशन

350 Sq. Ft. Super Built-up

मार्केट रेट: ₹60 लाख

तुरंत पेमेंट पर मात्र ₹40 लाख

दुकान/ऑफिस आपके सपनों के लिए सही जगह!

किराये पर लेने के इच्छुक व्यक्ति भी संपर्क कर सकते हैं।

अभी संपर्क करें 9009623639

INDORE

भीड़भाड़ वाला प्राइम मार्केट | बेहतरीन निवेश का मौका | हर तरह के व्यवसाय के लिए उपयुक्त | सुरक्षित और पक्का निवेश

सहजयोग मात्र तकनीक नहीं विवेकपूर्ण जीवन की आधारशिला है

आज मनुष्य के पास सुविधाएँ बहुत हैं, लेकिन शांति कम है। सूचना के अनेक साधन हैं, परंतु स्वयं को समझने का समय कम है। प्रतिस्पर्धा, अपेक्षाएँ और तनाव हमारे विचारों तथा व्यवहार को प्रभावित करते हैं। ऐसे समय में सहजयोग को केवल ध्यान की तकनीक के रूप में देखना उसके व्यापक महत्व को सीमित करना होगा। सहजयोग श्री माताजी निर्मला देवी जी



द्वारा स्थापित सनातन संस्कृति व प्राचीन आध्यात्मिक विज्ञान पर आधारित ध्यान पद्धति है। यह कुंडलिनी जागरण का महायोग है। भारतीय आध्यात्मिक परंपराओं में कुंडलिनी को मनुष्य के भीतर स्थित एक सूक्ष्म आध्यात्मिक शक्ति के रूप में वर्णित किया गया है। सहजयोग में आत्म-साक्षात्कार की प्रक्रिया के माध्यम से इस आंतरिक शक्ति का जागरण होता है और इस शक्ति का सहस्रार चक्र की ओर आरोहण होता है। इसे किसी बाहरी प्रदर्शन के बजाय अपने भीतर की चेतना को अनुभव करने और आत्म-जागरूकता विकसित करने की प्रक्रिया के रूप में समझा जा सकता है। इस प्रक्रिया में साधक शांत होकर बैठता है, ध्यान को अपने भीतर केंद्रित करता है और सहज भाव से श्री माताजी से आत्म-साक्षात्कार की प्रार्थना करता है। इसके बाद ध्यान के माध्यम से विचारों की निरंतर गति शांत होती है और साधक सजगता के साथ वर्तमान क्षण में स्थित होता है। सहजयोग ध्यान का उद्देश्य व्यक्ति को अपने भीतर की सूक्ष्म अनुभूति के प्रति अधिक जागरूक बनाना है। उदाहरण के लिए यदि बच्चा पढ़ाई के बजाय मोबाइल में व्यस्त है,

तो माता-पिता तुरंत क्रोध करने के बजाय शांतिपूर्वक संवाद कर सकते हैं। इसी प्रकार सड़क पर किसी वाहन चालक की गलती से विवाद की स्थिति उत्पन्न हो जाए, तो कुछ क्षण रुककर प्रतिक्रिया पर नियंत्रण रखना एक छोटी-सी घटना को बड़े विवाद में बदलने से रोक सकता है। विद्यार्थी के जीवन में भी आत्म-जागरूकता महत्वपूर्ण है।

परीक्षा में कम अंक आने पर एक विद्यार्थी स्वयं को असफल मान सकता है, जबकि दूसरा शांत मन से अपनी कमियों को पहचानकर सुधार की योजना बना सकता है। परिस्थिति समान है, लेकिन भीतर की स्थिति और प्रतिक्रिया अलग है। यही सहजयोग की व्यापक उपयोगिता का एक महत्वपूर्ण पक्ष है। कुंडलिनी जागरण केवल एक विशेष आध्यात्मिक अनुभव नहीं है, बल्कि आत्म-साक्षात्कार, ध्यान और आत्मनिरीक्षण को दैनिक जीवन में सजगता विकसित करने का साधन है। जब व्यक्ति अपने विचारों और प्रतिक्रियाओं को देखने लगता है, तब निर्णय अधिक संतुलित हो जाते हैं और संबंधों में धैर्य तथा संवेदनशीलता बढ़ जाती है। आज तकनीक हमें बाहरी दुनिया से जोड़ती है, लेकिन आत्म-जागरूकता हमें स्वयं से जोड़ती है। ज्ञान यह बता सकता है कि क्या करना है; विवेक यह समझने में सहायता करता है कि कब, कैसे और किस भावना से करना है। अंततः सहजयोग केवल ध्यान करने की विधि नहीं, बल्कि आत्म-साक्षात्कार से दैनिक जीवन तक जाने वाली एक समग्र साधना के है।